

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SANTRI BARU**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Persyaratan dalam Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Disusun oleh:

ADELINA RAHMAWATI

F100114002

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI

SANTRI BARU

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan oleh :

ADELINA RAHMAWATI
F.100 114 002

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SANTRI BARU**

Disusun oleh :

ADELINA RAHMAWATI

F. 100 114 002

Telah disetujui untuk dipertahankan
di hadapan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Dr. Eny Purwandari, M.Si

Surakarta, 02 Juli 2015

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SANTRI BARU

Yang diajukan oleh :

ADELINA RAHMAWATI

F 100 114 002

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji

Pada tanggal, 09 Juli 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dr. Eny Purwandari, M.Si

Penguji Pendamping I

Dr. Taufik, M.Si, P.hD

Penguji Pendamping II

Aad Satria Permadi, S.Psi, M.A



Surakarta, 09 Juli 2015
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,



Dr. Taufik, M.Si, P.hD

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI BARU

Adelina Rahmawati

Dr. Eny Purwandari, M.Si

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

adelarahma@gmail.com

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 114 orang, yaitu santri baru yang sedang menjalani kelas persiapan belajar di pesantren dan berasal dari sekolah luar non pesantren. Teknik pengambilan sampel menggunakan studi populasi. Analisis data dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* dan analisis komparasi dengan *independent sample t-test* menggunakan program bantu SPSS 19,0 *for windows*. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki santri baru maka semakin tinggi penyesuaian diri yang dilakukan, begitu juga sebaliknya. Sumbangan efektif (SE) efikasi diri terhadap penyesuaian diri santri baru sebesar 46,9%. Tingkat penyesuaian diri santri baru dan tingkat efikasi diri tergolong sedang. Santriwan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati.

Kata Kunci: *penyesuaian diri, santri baru, efikasi diri*

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Santri baru diharuskan untuk tinggal secara mandiri, terpisah dari orang tua dan keluarga. Hidup dan tinggal di lingkungan yang baru mengharuskan santri baru untuk mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren. Menurut Irfani (2004), santri baru membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kebiasaan baru di lingkungan pesantren.

Penyesuaian diri diperlukan agar terjadi keselarasan antara kebutuhan dan tuntutan, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun yang berasal dari lingkungan sosial. Fenomena pelanggaran terhadap aturan di pesantren yang dilakukan oleh santri baru merupakan gambaran dari kurangnya keyakinan diri santri baru terhadap kemampuannya dalam menghadapi persoalan di lingkungan pesantren. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuniar, Abidin, dan Astuti (2005) mengenai gambaran penyesuaian santri baru di PPMI

Assalaam, diketahui bahwa 5-10% dari santri baru mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian diri.

Untuk dapat melakukan penyesuaian diri yang baik, tentu saja dibutuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam melakukan aktivitas dengan baik. Dalam ilmu psikologi, keyakinan diri ini disebut dengan istilah efikasi diri. Pamardi dan Widayat (2014) menyatakan peranan efikasi diri dapat mempengaruhi cara pandang individu terhadap beban, tuntutan, dan kewajiban yang harus dijalankan oleh individu. Efikasi diri yang tinggi diharapkan dapat membantu santri baru melakukan penyesuaian diri di lingkungan pesantren dengan baik.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Penyesuaian Diri

Sobur (2011) mengartikan secara luas bahwa proses penyesuaian diri itu terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu, tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi

kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan tempat ia hidup, tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan mereka. Willis (2008) menyatakan pandangan yang senada dengan Sobur (2011), Willis (2008) menyatakan penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya. Menurut Schneiders (dalam Wijaya, 2007) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah: keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, dan tingkat religiusitas serta kebudayaan. Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Ruyon dan Haber (Artha & Supriyadi, 2013) antara lain yaitu; persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, dan hubungan interpersonal yang baik.

Pengertian Efikasi Diri

Bandura (dalam Feist & Feist, 2009) menyatakan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengontrol fungsi diri dan lingkungannya dinamakan efikasi diri. Menurut Bandura, (dalam Friedman & Schustack, 2006) efikasi diri menentukan apakah kita akan menunjukkan perilaku tertentu, sekuat apa kita dapat bertahan saat menghadapi kesulitan atau kegagalan, dan bagaimana kesuksesan atau kegagalan dalam suatu tugas tertentu mempengaruhi perilaku kita di masa depan. Bandura (dalam Yulia, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu. Efikasi diri ini tidak berkaitan dengan kemampuan yang sebenarnya, melainkan berhubungan dengan keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuan dirinya. Efikasi diri pada seseorang akan berbeda antara satu dengan yang lainnya berdasarkan dari tiga dimensi

berikut, yaitu: dimensi tingkat (*level*), luas bidang perilaku (*generality*), dan tingkat kekuatan (*strength*).

Hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri

Bandura (dalam Rasit, 2015) menjelaskan mengenai konsep *reciprocal determinism*. *Reciprocal determinism* dapat menjelaskan mengenai perilaku santri baru dalam bentuk timbal balik yang terus menerus antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan. Santri baru dapat menentukan perilakunya dengan mengontrol kekuatan lingkungan, tetapi juga dapat dikontrol oleh kekuatan lingkungan. Faktor kognisi berperan dalam menentukan tingkat efikasi diri dan bentuk perilaku santri baru dalam mengendalikan lingkungan pesantren. Demikian pula dengan lingkungan pesantren yang juga memiliki pengaruh pada pembentukan perilaku penyesuaian diri santri baru di lingkungan pesantren.

Dalam proses penyesuaian diri pada santri baru tidak hanya faktor eksternal saja yang dapat

mempengaruhi santri baru untuk berhasil dalam mencapai kebutuhan dan keselarasan. Melainkan juga terdapat faktor internal yaitu efikasi diri, berupa keyakinan dalam diri santri baru untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pesantren. Bandura meletakkan penekanan tertentu pada peran yang dimainkan oleh efikasi diri, kepercayaan mengenai kapabilitas personal seseorang. Efikasi diri mendasari keyakinan seseorang akan kemampuan mereka untuk melakukan perilaku tertentu atau memberikan hasil yang diharapkan (Feldman, 2012).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Subjek yang diambil dalam penelitian ini adalah santri baru Madrasah Takhassusiyah yang sedang menjalani kelas persiapan belajar di pesantren dan berasal dari sekolah luar non pesantren berjumlah 114 santri. Menggunakan teknik pengambilan sampel studi populasi. Metode pengumpulan data menggunakan

skala penyesuaian diri dan skala efikasi diri. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* dan uji komparasi *independent sample t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0,685$; $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Hasil tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Wijaya, 2007) bahwa salah satu faktor yang memberikan pengaruh pada penyesuaian diri adalah keadaan psikologis yaitu keyakinan diri (efikasi diri). Kondisi psikologis yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras terhadap tuntutan dari dalam diri individu maupun tuntutan dari lingkungan luar.

Tingkat keyakinan diri terhadap kemampuan dalam melakukan suatu tindakan atau efikasi diri yang tinggi dipersepsikan akan mampu memberikan motivasi pada santri baru secara kognitif untuk bertindak lebih terarah dan dapat mengontrol lingkungan sekitarnya sehingga dapat menampilkan perilaku-perilaku tertentu sesuai yang diharapkan yaitu mampu menjalani kegiatan di pesantren dengan baik dan nyaman. Menurut Bandura (dalam Yulia, 2010) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan tentang sejauhmana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam mengerjakan tugas atau melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam mencapai hasil tertentu.

Santri baru di PPMI Assalaam memiliki kewajiban untuk mengikuti berbagai macam aktivitas yang telah ditentukan oleh pihak pondok pesantren, khususnya dalam penelitian ini yaitu pada santri Madrasah Takhassusiyah (TKs). Perubahan yang terjadi pada diri dan lingkungan sosial seperti: jadwal

kegiatan yang padat 24 jam di lingkungan pondok pesantren, kurikulum pelajaran dengan menggunakan bahasa Arab, dan perbedaan budaya dari asal daerah santri dengan budaya di pesantren menuntut santri baru untuk melakukan penyesuaian diri. Penyesuaian diri menurut Semiun (2006) merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan, frustrasi, dan konflik batin yang dialami serta menyelaraskan tuntutan-tuntutan batin individu dengan tuntutan-tuntutan lingkungan yang dikenakan kepadanya. Pada santri baru yang tinggal di lingkungan pondok pesantren, kemampuan personal sangatlah penting untuk dapat menyesuaikan diri, salah satunya yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri dalam mengontrol perilaku dan lingkungan sehingga dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan pondok pesantren dengan baik.

Penyesuaian diri memiliki rerata empirik (RE) dan rerata

hipotetik (RH) yang tergolong sedang. Sebagian besar santri baru memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tergolong tinggi yaitu sebesar 66,7%. Ini menunjukkan bahwa santri baru memiliki kemampuan penyesuaian diri di atas rata-rata. Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa dalam penelitian ini santri baru Madrasah Takhassusiyah atau subjek penelitian memiliki penyesuaian diri yang cukup baik. Santri baru cukup mampu dalam memenuhi semua kebutuhan dan kewajiban yang diberikan kepadanya, serta dapat menyelaraskan antara tuntutan yang berasal dari diri santri baru dan lingkungan pesantren.

Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel efikasi diri memiliki rerata empirik (RE) dan rerata hipotetik (RH) pada subjek yang tergolong sedang. Sebagian besar santri baru memiliki skor efikasi diri yang tergolong sedang sebesar 45,6% dan yang tergolong tinggi sebesar 46,5%. Kondisi ini dapat diinterpretasikan bahwa dalam penelitian ini, santri baru atau subjek penelitian memiliki efikasi diri yang

cukup baik terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan suatu tindakan yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki.

Sumbangan efektif efikasi diri terhadap penyesuaian diri cukup besar yaitu sebesar 46,9%. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh efikasi diri. Meskipun efikasi diri memiliki sumbangan yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru, masih terdapat variabel lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian di luar efikasi diri seperti keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan lingkungan, tingkat pendidikan dan kebudayaan (Schneiders, dalam Wijaya, 2007).

Berdasarkan hasil analisis komparasi yang telah dilakukan, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang signifikan antara santriwan dengan santriwati, dimana santriwan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati. Perbedaan tingkat penyesuaian diri

antara santriwan dan santriwati ini dapat dijelaskan melalui keterangan yang dinyatakan oleh Hadiyono dan Kahn (dalam Safura & Supriyantini, 2006) bahwa anak laki-laki mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan dengan anak perempuan, dimana anak perempuan memiliki unsur-unsur yang kurang mendukung penyesuaian dirinya. Tangkudung (2014) menggambarkan bahwa anak laki-laki lebih mampu menyesuaikan diri dikarenakan memiliki jiwa petualang. Laki-laki dengan jiwa petualang lebih mudah untuk mengatasi masalah, sedangkan perempuan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menyesuaikan diri disebabkan oleh faktor emosi yang melekat pada mereka.

Perbedaan efikasi diri antara santriwan dan santriwati, dimana efikasi diri santriwan lebih tinggi dibandingkan efikasi diri santriwati sesuai dengan pendapat Zimmerman (Woolfolk, 2004) mengatakan bahwa terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki berusaha untuk

membanggakan kemampuan dirinya dan perempuan sering kali meremehkan kemampuannya. Selain itu, peran orang tua dalam memberikan *stereotype* mengenai perbedaan kemampuan antara laki-laki dan perempuan, dimana orang tua menganggap bahwa perempuan memiliki kemampuan lebih rendah daripada laki-laki dapat membuat perempuan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya menjadi semakin rendah. Sehingga keyakinan diri (efikasi diri) pada perempuan lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan penyesuaian diri santri baru. Artinya semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin tinggi tingkat penyesuaian dirinya, begitu pula sebaliknya

semakin rendah efikasi diri maka akan semakin rendah penyesuaian diri santri baru. Berdasarkan hasil yang diperoleh, maka hipotesis yang diajukan diterima.

2. Tingkat efikasi diri pada santri baru tergolong sedang. Ini membuktikan bahwa rata-rata santri baru memiliki keyakinan diri yang cukup baik terhadap kemampuan dalam melakukan suatu tindakan yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang dikehendaki.
3. Tingkat penyesuaian diri pada santri baru tergolong sedang. Ini membuktikan bahwa kemampuan santri baru dalam memenuhi semua kebutuhan-kebutuhan dan untuk mendapatkan keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari lingkungan pesantren tergolong cukup baik.
4. Efikasi diri memiliki peranan atau sumbangan efektif yang cukup besar terhadap penyesuaian diri santri baru.

5. Santriwan memiliki tingkat penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan santriwati.

b. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis memberikan sumbangan saran yang diharapkan dapat bermanfaat, yaitu:

1. Bagi santri

Santri baru yang memiliki penyesuaian diri tinggi diharapkan mampu mempertahankan penyesuaian diri dan membagikan pengalaman-pengalaman dirinya dengan santri baru yang lain sehingga membantu meningkatkan penyesuaian diri santri baru yang penyesuaian dirinya sedang dan rendah. Cara yang dapat dipakai untuk mempertahankan dan meningkatkan penyesuaian diri salah satunya adalah dengan meningkatkan keyakinan diri terhadap kemampuan dirinya

dalam melakukan kegiatan. Keyakinan diri dapat dioptimalkan dengan mengenali potensi atau kemampuan dan kekurangan yang ada dalam diri, menerima dirinya apa adanya dengan tidak membandingkan dirinya dengan kemampuan yang dimiliki orang lain, melakukan tindakan yang berguna untuk orang lain, seperti bersikap ramah dengan teman dan guru di pondok pesantren, saling menyapa, dan saling membantu teman yang sedang mengalami kesulitan menjalani kegiatan di pesantren.

2. Bagi pendidik

Pendidik di lingkungan pondok pesantren diharapkan mampu untuk membantu santri baru dalam meningkatkan penyesuaian diri. Cara yang dapat ditempuh adalah memberikan pendidikan dan pelatihan pada santri baru mengenai tips menjalani kegiatan di lingkungan pondok pesantren, serta memberikan pendampingan dan konsultasi pada santri baru yang mengalami permasalahan

penyesuaian diri dan keyakinan diri di pondok pesantren.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama, diharapkan dapat lebih memperkaya penelitian ini dengan cara: melibatkan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri santri baru di asrama, memperluas populasi atau ruang lingkup penelitian sehingga generalisasi menjadi lebih luas, dan melengkapi alat ukur yang akan digunakan sehingga variabel dapat diukur secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Artha, Ni Made Wahyu Indrayani., Supriyadi. (2013). Hubungan Antara Kecerasan Emosi dan Self Efficacy Dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol, 1. No. 1, 190-202
- Feist, & Feist. (2009). *Teori Kepribadian Jilid 1*. Jakarta: Salemba Humanika
- Feldman, Robert S. (2012). *Pengantar Psikologi: Understanding Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika
- Friedman, Howards S., & Schustack, M. (2006). *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga
- Irfani, Rahmat. (2004). Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren Terhadap Kegiatan Pesantren Studi Kasus di Pondok Pesantren Darunnajah. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Pamardi, Hanindra Bangkit., Widayat. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Pada Taruna Akademi Angkatan Laut. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. Vol. 3, No. 1, April 2014, 42-29
- Rasit, Rosmawati Mohd., dkk. (2015). Educating Film Audience Through Social Cognitive Theory Reciprocal Model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 174, 1234-1241
- Safura, Laily & Supriyantini. (2006). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Di Sekolah Dengan Prestasi

- Belajar. *Jurnal Psikologia*. Vol. 2, No. 1, Juni 2006, 27-32
- Semiun, Yustinus. (2006). *Kesehatan Mental 3*. Jogjakarta: Kanisius
- Sobur, Alex. (2011). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Tangkudung, Joanne P.M. (2014). Proses Adaptasi Menurut Jenis Kelamin Dalam Menunjang Studi Mahasiswa Fisip Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal Acta Diurna*. Vol. 3, No. 4, Juni 2014, 1-11
- Wijaya, Novikarisma. (2004). Hubungan Antara Keyakinan Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Willis, Sofyan. S. (2008). *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta
- Woolfolk, Anita.(2004). *Educational Psychology 9th Edition*. Boston: Allyn and Bacon
- Yulia, Yuyun Vina. (2010). Efektivitas Pelatihan AMT (Achievement Motivation Training) Dengan Pendekatan Spiritual Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Mahasiswa Tingkat Awal Dalam Penyesuaian Akademik. *Skripsi*. Jogjakarta: Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Jogjakarta
- Yuniar, M., Abidin, Z. & Astuti, T.P.(2005). Penyesuaian Diri Santri Putri Terhadap Kehidupan Pesantren: Studi Kasus Kualitatif Pada Madrasah Takhasusiah Pondok Pesantren Modern Islam Assalaam Surakarta. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 2, No. 1, Juni 2005, 10-17